

KFCと尚絅学院大がつくる名取のメディア

ハナモモ通信

2018年 7月



ハナモモちゃん

【発行】河北新報普及センター
 【協力】尚絅学院大 河北仙阪
 【エリア】名取市内
 【部数】11,600部
 【電話】022(266)2991



きらり なとり びと☆

フラダンスで心と健康に 教室和やか、溢れる充実感

Na mea Hui
 O Hoakalei
 Makamae【ナーメア・
 フラ・オ・ホアカレイマカ
 マエ】(代表・石崎玲子さ
 ん)は本格的なフラダンス
 を楽しく学べるフラダンス
 教室です。

ハワイの文化意識
 同教室の名前の由来は、
 ハワイのクム(師匠)から
 いただいた「大切な仲間た
 ちがレイのように強く結び
 ついている」という意味で、
 先生、生徒とも同好の仲間
 として年齢の分け隔てなく



石崎玲子代表

フラダンスに打ち込んでい
ます。

取材にお伺いした名取市
 大手町にある老人憩の家で
 は月4回レギュラークラスの
 の教室が開かれています。
 他にも増田西公民館、那智
 が丘公民館、市外では岩沼
 市、仙台市泉区、美里町小
 牛田でも教室を開いてお
 り、どこでも何回でも受講
 することが可能です。
 生徒は小学校低学年から
 90代まで、年齢層は幅広く、
 全教室を合わせると400
 人近くになるそうです。
 代表の石崎先生は仙台市
 泉区在住。以前はエアロビ
 クスのインストラクターを
 されており、19年ほど前に
 生徒の立場で学ぶ感覚を体
 験しようという趣味でフラダン
 スを始めました。

実際にやってみると身体
 の調子も良く、本格的に取
 り組むようになり、毎年ハ
 ワイにホームステイしフラ
 ダンスを学んでいるそうで
 す。



フラダンスとは文字が無
 かったハワイで、文化を継
 承するためのものであり、
 ハワイに住む人々の人柄や
 地域性を表しているそう
 で、同教室では技術的なこ
 とはもちろんメンタルや文
 化を意識して教えているそ
 うです。

「石崎先生は長く踊れるよ
 うに骨や筋肉など身体の話、
 クムから受けたお話を
 してもらえます。フラダンス
 を始めてハワイの風習や文
 化を学ぶことができ、日常
 でも何事にも感謝して積極
 的に生活できるようになっ
 た」と話してくれました。
 同じく赤間さんは「健康
 によく、精神が鍛えられ、
 友達もできて自分にプラス
 になることばかり。石崎先
 生は技術だけでなくハート
 も生徒のことを考えて教え
 てくれる。一つの曲を皆で
 踊ってぴったり合った時は
 うれしい。体力もつき仲良
 く楽しくやっているののでこ
 の記事を見て新しい生徒さ
 んが増えたらうれしい」と
 話してくれました。

全身を使って曲のイメー
 ジを表現するフラダンスに
 は体力、筋力、想像力、表
 現力が必要で、何よりもリ
 ラックスして楽しむ心が大事
 です。見た目にもハード
 でこまめに休憩をはさみな
 からのレッスンでしたが、
 皆さんは笑顔と充実感に溢
 れていました。
 生徒の高橋康子さんは
 「石崎先生は長く踊れるよ
 うに骨や筋肉など身体の話、
 クムから受けたお話を
 してもらえます。フラダンス
 を始めてハワイの風習や文
 化を学ぶことができ、日常
 でも何事にも感謝して積極
 的に生活できるようになっ
 た」と話してくれました。
 同じく赤間さんは「健康
 によく、精神が鍛えられ、
 友達もできて自分にプラス
 になることばかり。石崎先
 生は技術だけでなくハート
 も生徒のことを考えて教え
 てくれる。一つの曲を皆で
 踊ってぴったり合った時は
 うれしい。体力もつき仲良
 く楽しくやっているののでこ
 の記事を見て新しい生徒さ
 んが増えたらうれしい」と
 話してくれました。

(遠藤 正隆)

英会話教室も開催

またレッスン後、留学経
 験のある生徒さんが、希望
 者に英会話教室を開いてお
 り、海外旅行に行く前に少
 し英語に触れたい方など、
 気軽に参加できるそうで
 す。フラダンスでほぐれた
 心身に英語が浸透し、どち
 らも楽しくレッスンしてい
 ます。

石崎先生は「子供達には
 身体を動かす大切さを学ん
 でほしい。年代を超えた生
 徒さんがいろいろな人と関
 わり、心と体を健康に人と
 接する時間を提供してい
 きたい」と述べました。

随時生徒を募集している
 そうです。問い合わせ先は
 090(1373)280
 8/石崎玲子代表まで。

災害への備え万全に

那智が丘 講座で意識高める

那智が丘地区で想定外のことが起こった際の対処となるヒントや、日々の備えを考える「防災講座」が、7月14日、那智が丘公民館で行われました。

今年度全3回にわたり行われた講座の最後となる今回はより具体的な防災、減災のための備えや対処法などを学び、災害への意識をより高める内容となりました。

当日は、那智が丘地区から25人が参加し、3部構成で行われた講義に真剣に耳を傾けていました。



震災の教訓を伝える格井さん



空き缶を利用した調理法を指導する田中さん



ビニール袋で作った合羽の説明をする池上さん(左)

第1部の「関東震災を伝える会」代表の格井直光氏による震災の教訓を伝える講話では、過去に津波に見舞われながら、先人の教えが伝わっておらず多くの犠牲者がでてしまった点をあげ、災害は必ず起こるものと受け入れ、防災減災に努め経験則ではなくあらゆることを想定して身を守る行動をとることが必要と説明しました。

第2部は「わしん倶楽部」代表で防災士の田中勢子氏による災害時に簡単に作れる非常食「サバ・メシ(サバイバルメシ)」の調理実習が行われ、空き缶を切って作るコンロや、それを使って白米を炊く方法、家庭で備蓄できる「さば味噌煮缶」を利用した餃子の作り方を学び、参加者で試食しました。

最後の、公益財団法人市民防災研究所理事の池上三喜子氏による「災害への備えについての講話」では、全国各地で行われている工夫を凝らした地域防災の取り組み例や、自身が編集に携わり女性の視点で書かれた冊子「東京くらし防災」の内容を紹介しました。

受講した古市敏子さんは「内容が具体的で町内でもすぐ取り入れられるものが多く大変なためになった」と感想を話してくれました。

今回の講座内容を企画された「ゆりあげかもめ」代表の佐竹悦子さんは自助・共助の心構えが大事であると述べ「今後、災害が起こったとしても被害者が減るよう講座を続けていきたい」と活動の目標を述べました。

全3回の防災講座を担当した公民館学習支援員の伊藤真由美さんは「受講者から質問コーナーを設けたり実習を多くするなどもっと深く学びたいと要望があったので今後検討していきたい」と抱負を述べました。

合言葉は「チャリンとね!

新しい新聞活用術伝える

7月18日、関東地区の関東第一中央団地であったワークショップ「ことばの貯金箱」は、河北新報社と渡辺裕子氏(東北福祉大学講師)が進める「楽しみながら新聞活用!」がテーマの「土曜しんぶんカフェ」で行われた「ことばの貯金箱」ファシリテーター養成講座で認定された河北新報普及センターの「教育プロジェクト」が主催しました。「ことばの貯金箱」とは新聞の見出しや広告の中から好きな言葉(心に響く言葉や大切にしたい言葉など)、写真などを見つけて切り取り貯金箱(なんでもOK)に集めます。貯金箱に入れるときの合言葉は「チャリン!」です。まわりの皆さんは同調し「イイネ!」と答えます。集めた「言葉」を台紙に自由に貼って楽しみそこに自分の言葉で「つぶやき」を書き言葉を繋げたりします。最後は出来上がった作品を発表しあい伝え合うというワークショップです。

参加された方からは、作品の発表時「仲の良い友達でも知らなかった発見があった」と話してくれました。

進行中、司会者が「仙台市内のある小学校で取り組んだところ、学力テストの結果が上昇したそうです」と話すと、参加した佐藤美恵子さんが「小学生のころ夏休みに毎日、新聞の社説を読み感想を書くという宿題があった」と思い出を話してくれました。

チラシで作ったきれいな造花をプレゼントに持ってきてくれた富長洋一さんは「お世話になったボランティアの方々への恩返しもしていない、せめてもの気持ちと思い作り始めた」と思いを話してくれました。

参加された方々は初めての「ことばの貯金箱」にもかかわらず、たくさん新聞を開き次々に「ことば



プレゼントにいただいた花

や「写真」を切り取り、「チャリン!」、「イイネ!」の合言葉を会場に響かせました。

河北新報普及センターからお知らせ

河北新報普及センターでは、学校や各地の公民館、子ども会、老人クラブなどの団体へ「ことばの貯金箱」の講師(ファシリテーター)派遣をいたします。ぜひお問い合わせください。

【住所】〒980-0022 仙台市青葉区五橋1の1の10
【TEL】266-2991
【FAX】227-8333
島山まで